

Согласовано

12.01.2026

Утверждено: ООО Виво Маркет

Тюркина К.В.

Ежедневное 12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки) обучающихся возрастной группы 7-11 лет МОУ г.Волгограда

1 Вариант

| Прием пищи, наименование блюда                | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептур |
|-----------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|-------------|------------------|
|                                               |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |             |                  |
| Завтрак                                       |              |                  |         |             |                               |             |                  |
| КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА ДРУЖБА С МАСЛОМ | 200          | 4,18             | 3,56    | 22,76       | 139,80                        | ТТК №103    |                  |
| БЛИНЧИКИ С МОЛОКОМ ЦЕЛЫМ СТУПЕННЫМ С САХАРОМ  | 90           | 8,49             | 12,39   | 30,41       | 267,11                        | ТТК №387    |                  |
| ЧАЙ С САХАРОМ                                 | 200          | 0,10             | 0,03    | 10,67       | 42,57                         | ТТК №302    |                  |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                | 40           | 3,16             | 0,40    | 19,32       | 94,00                         | ТТК №6      |                  |
| Итого за прием пищи:                          | 530          | 15,93            | 16,38   | 83,16       | 543,48                        |             |                  |

Зав. производством



Согласовано

12.01.2026

Ежедневное 12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки) обучающихся возрастной группы 12-18 лет МОУ г.Волгограда



1 Вариант

| Прием пищи, наименование блюда                 | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептур |
|------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|-------------|------------------|
|                                                |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |             |                  |
|                                                |              |                  |         |             |                               |             |                  |
| Завтрак                                        |              |                  |         |             |                               |             |                  |
| КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА ДРУЖБА С МАСЛОМ  | 250          | 5,45             | 5,53    | 34,13       | 208,09                        | ТТК №103    |                  |
| БЛИНЧИКИ С МОЛОКОМ ЦЕЛЬНЫМ СГУЩЕННЫМ С САХАРОМ | 90           | 8,49             | 12,39   | 30,41       | 267,11                        | ТТК №387    |                  |
| ЧАЙ С САХАРОМ                                  | 200          | 0,10             | 0,03    | 10,67       | 42,57                         | ТТК №302    |                  |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                 | 40           | 3,16             | 0,40    | 19,32       | 94,00                         | ТТК №6      |                  |
| Итого за прием пищи:                           | 580          | 17,20            | 18,35   | 94,53       | 611,77                        |             |                  |

Зав. производством

Согласовано

12.01.2026

Ежедневное 12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (обеды) обучающихся возрастной группы 12-18 лет МОУ г.Волгограда



1 Вариант

| Прием пищи, наименование блюда      | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая<br>ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник<br>рецептур |
|-------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|----------------------------------|--------------|---------------------|
|                                     |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                                  |              |                     |
| Обед                                |              |                  |         |             |                                  |              |                     |
| СВЕКЛА С МАСЛОМ                     | 100          | 1,42             | 5,91    | 8,29        | 91,92                            | ТТК №543     |                     |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) | 250          | 7,34             | 9,20    | 18,55       | 186,36                           | ТТК №43      |                     |
| КОГЛЕТА ДОМАШНЯЯ                    | 100          | 11,48            | 13,49   | 13,56       | 221,57                           | ТТК №896     |                     |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ         | 180          | 6,67             | 3,76    | 32,65       | 191,12                           | ТТК №129     |                     |
| ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ               | 200          | 0,01             | 0,00    | 10,71       | 42,81                            | ТТК №241     |                     |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                      | 30           | 2,37             | 0,30    | 14,49       | 70,50                            | ТТК №6       |                     |
| ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ                    | 40           | 2,37             | 0,47    | 15,48       | 76,44                            | ТТК №7       |                     |
| Итого за прием пищи:                | 900          | 31,66            | 33,13   | 113,73      | 880,72                           |              |                     |

Зав. производством

Согласовано

12.01.2026

Ежедневное 12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (обеда) обучающихся возрастной группой 7-11 лет МБОУ г.Волгограда



I Вариант

| Прием пищи, наименование блюда      | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептур |
|-------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|-------------|------------------|
|                                     |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |             |                  |
| Обед                                |              |                  |         |             |                               |             |                  |
| СВЕКЛА С МАСЛОМ                     | 60           | 0,84             | 3,55    | 4,98        | 55,23                         | ТТК №543    |                  |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ТОРОХ) | 200          | 5,87             | 8,21    | 14,86       | 156,81                        | ТТК №43     |                  |
| КОТЛЕТА ДОМАШНЯЯ                    | 90           | 9,83             | 13,25   | 12,20       | 207,37                        | ТТК №896    |                  |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ         | 150          | 5,56             | 2,91    | 25,87       | 151,91                        | ТТК №129    |                  |
| ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ               | 200          | 0,01             | 0,00    | 10,71       | 42,81                         | ТТК №241    |                  |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                      | 30           | 2,37             | 0,30    | 14,49       | 70,50                         | ТТК №6      |                  |
| ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ                    | 40           | 2,37             | 0,47    | 15,48       | 76,44                         | ТТК №7      |                  |
| Итого за прием пищи:                | 770          | 26,85            | 28,69   | 98,59       | 761,07                        |             |                  |

Зав. производством